

Poulet Thaï

Cette recette a été présentée le samedi 17 août 2007 à la télé par Denis Martin. C'est top comme petite entrée ou plat principal avec du riz blanc ou thaï

Ingrédients pour 4 personnes

- 300 gr. comme entrée ou 800 gr. comme plat principal
- 1 bouquet de feuilles de coriandre
- 1 bouquet de feuilles de menthe
- Brocolis
- Fèves vertes
- Huile d'olive
- Vinaigre balsamique blanc
- Vin blanc
- Sel, poivre
- Riz

Préparation

- Couper le poulet en émincé
- Couper grossièrement les feuilles
- Faire sauter le poulet et les feuilles à feu vif 5 minutes avec un peu de vinaigre balsamique
- Etuver les fèves et le brocoli coupé en petits bouquets (réserver le tronc pour une petite soupe) avec un peu de vin blanc, assaisonner
- Après 15 minutes lorsque les légumes sont juste cuits, verser le poulet, mélanger, retirer du feu.

- Cuire un peu de riz

- Déposer un peu de mélange poulet
- Déposer une cuiller de riz

- Servir chaud